

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора ГБОУ школы-интернат № 3 г. Арма
Калугина Е.П.
13.10.2025г.



МЕНЮ

13 октября 2025г.

Возрастная категория 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порций	Цена, руб	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК						
Пудинг творожный запечённый	230	91,88	16,17	17,84	28,64	397,90
Соус молочный	50	6,29	1,89	4,68	5,00	69,65
Какао с молоком	200	13,30	3,60	2,90	25,00	94,00
Фрукты свежие по сезону	100	7,00	1,26	0,28	11,34	59,50
Хлеб пш йод/сл.масло/сыр	85	27,49	7,70	10,09	22,80	245,10
Итого	665	145,96	30,62	35,79	92,78	866,15
ОБЕД						
Нарезка из свежих (квашенных) овощей (помидор)	100	15,84	1,60	10,10	3,00	20,00
Суп картофельный с горохом на п/б	250	15,18	4,20	3,80	13,10	227,40
Курица отварная	100	42,55	22,93	13,91	0,60	217,14
Рагу овощное	180	23,44	4,00	10,70	15,00	166,00
Компот из сухофр. с вит. "С"	180	3,50	0,44	0,00	27,00	99,80
Хлеб ржаной	60	5,52	3,53	0,52	18,50	121,00
Хлеб пшеничный йод	60	4,00	3,00	0,52	17,45	90,00
Итого	930	110,03	39,70	39,55	94,65	941,34
ПОЛДНИК						
Булочка пром.произ-ва	150	60,00	8,73	8,13	130,20	383,58
Сок фруктовый пром.произ.	200	8,00	1,20	0,02	0,02	112,00
Итого	350	68,00	9,93	8,15	130,22	495,58
УЖИН						
Капуста квашенная	100	27,06	1,10	0,01	3,50	109,00
Котлета из говядины	100	64,49	17,80	17,50	14,30	286,00
Каша пшеничная рассыпчатая со сл.маслом	180	10,95	7,60	9,74	38,96	225,20
Чай с сахаром и лимоном	180	3,52	0,10	0,00	15,20	51,00
Хлеб ржаной	60	5,52	3,53	0,52	18,50	121,00
Хлеб пшеничный йод	60	4,00	3,00	0,52	17,45	90,00
Итого	680	115,54	33,13	28,29	107,91	882,20
2Й УЖИН						
Кефир 2,5%	210	17,64	5,90	5,07	8,02	123,00
Итого	210	17,64	5,90	5,07	8,02	123,00
Итого		457,17	119,28	116,85	433,58	3308,27